

中國食物史研究

中國商世出版社



中国食物史研究

中国商业出版社

中国食物史研究

篠田统著

高桂林 薛来运 孙音 译

*

中国商业出版社出版

新华书店北京发行所发行 各地新华书店经售

北京市昌平区印刷厂印刷

*

787×1092毫米 32开 8.75印张 198千字

1987年1月第1版 1987年4月北京第1次印刷

印数：1—3,000册

统一书号：4237·151 定价：1.80元

译者的话

《中国食物史研究》是日本学者故篠田统教授研究中国饮食历史文化的论文集。

作者曾是日本京都大学人文科学研究所中国科学史研究班的成员。书中的论文是作者从1951年至1970年期间的研究成果，分别发表于有关刊物。1978年由日本东京八坂书房汇集成册出版发行。

作者以本书论文的论点和论据，写出了《中国食物史》一书，该书曾获日本风俗史学会的“江马奖”。

尔后作者又根据本书论文中关于书志学的考证，与田中静一氏共同编写了《中国食经丛书上、下集》，由日本书籍文物流通会刊行。这部丛书是从古迄清约一百五十余部与饮食史有关的书籍中，精选出主要著作四十部影印刊行。其中有些书在我国业已散佚。它是研究中国饮食历史文化不可缺少的重要资料。

我们所以把篠田统教授的中国食物史之研究译成中文，是想把这位学者的研究成果介绍给国人，期望它对我国有关方面起参考作用。我们认为，学术是不分国界的，通过不同观点的交流，将会促进学术的繁荣和发展。

原书共收录十一篇论文。我们摘译了其中的八篇。这八篇的题目是：《五谷的起源》、《中国古代的烹饪》、《幽风七月的舞台》、《被遗忘的谷物》、《中世食经考》、《近世食经考》、《关于饮膳正要》、《明代的饮食生活》。

下面谈谈有关译书方面的一些问题。忠实于原著是译者

应遵循的一条最重要的原则，但我们所面对的这部书，是外国学者阅读了大量中国文献（也包括一部分日本和其他国家的资料）之后，用日文写的关于中国饮食历史文化的著作。其中大量地引用了中国古典文献。在译书过程中，如果仅仅根据日文进行翻译，就会出现译文与所引用的原典不完全一致的情况。例如，在《五谷的起源》中，作者引用了《庄子》关于稗米的一句话，根据日文可以译为“藏稗于仓”，但《庄子》秋水篇的这句话则是“不似稗来之在太仓乎”。又如，作者在《明代的饮食生活》中，引《说文》对脂和膏的解释，按日文也可以译为“有角称脂，无角称膏”。但《说文》原文为“戴角者脂，无角者膏”。因此，仅仅忠实于日文原文是不够的，还必须忠实于他所引用的中文原典，这样在译本书的过程中，对他所引用的中国文献，我们基本上都进行了核对。对其中明显属于印刷排字时误植的，就直接进行了更正，有些地方由于版本不同难于分清孰是孰非时，我们采取译者注的方式把汉方的原文都记载下来。遇到作者按原典精神写其大意时，我们就译其大意。

我们在译本书时还遇到这样一个问题，即作者对某些问题的观点和译者的观点并不是完全一致的，甚至分歧很大。例如水稻、小麦的起源和在我国栽培时间问题。尽管如此，我们仍然按作者的原文原意译出。

本书译稿由高桂林、薛来运、孙音三人完成。其中《五谷的起源》、《中国古代的烹饪》、《被遗忘的谷物》、《中世食经考》、《近世食经考》等部分，由孙音同志翻译。《幽风七月的舞台》、《关于饮膳正要》、《明代的饮食生活》，由薛来运同志翻译。高桂林同志负责全书的校订工作。我们都是初次从事这方面的工作，再加上水平所限，

错译的地方请读者给予指正。

本稿译完后，承蒙曾纵野同志在百忙中抽出时间从头至尾进行审阅修改，刘秋英同志帮助查找资料，特此表示深切的谢意。

还应感谢北京图书馆、中国社会科学院图书馆、黑龙江省图书馆、黑龙江商学院图书馆在资料上给予的支持。并对孔书敬、黄琳、郝国军这些年青同志的帮忙表示谢意。

译 者

1983年4月

目 录

一、五谷的起源	(3)
(一) 引言.....	(3)
(二) 主要农作物的原产地.....	(5)
(三) 百谷与五谷.....	(6)
(四) 粟.....	(8)
(五) 黍、稷.....	(10)
(六) 麦——大麦.....	(12)
(七) 小麦的传入时期.....	(13)
(八) 小麦与面食.....	(20)
(九) 来与牟.....	(23)
(十) 稻.....	(24)
(十一) 大豆、麻、白苏、稗、高粱、玉蜀黍	(26)
(十二) 日本的古代作物.....	(29)
二、中国古代的烹饪	(35)
(一) 引言.....	(35)
(二) 画像石上的人们.....	(36)
(三) 《周礼》社会.....	(47)
(四) 七月前后.....	(56)
(五) 结语.....	(57)
三、飏风七月的舞台	(69)
(一) 引言.....	(69)
(二) 徐中舒的理论.....	(70)

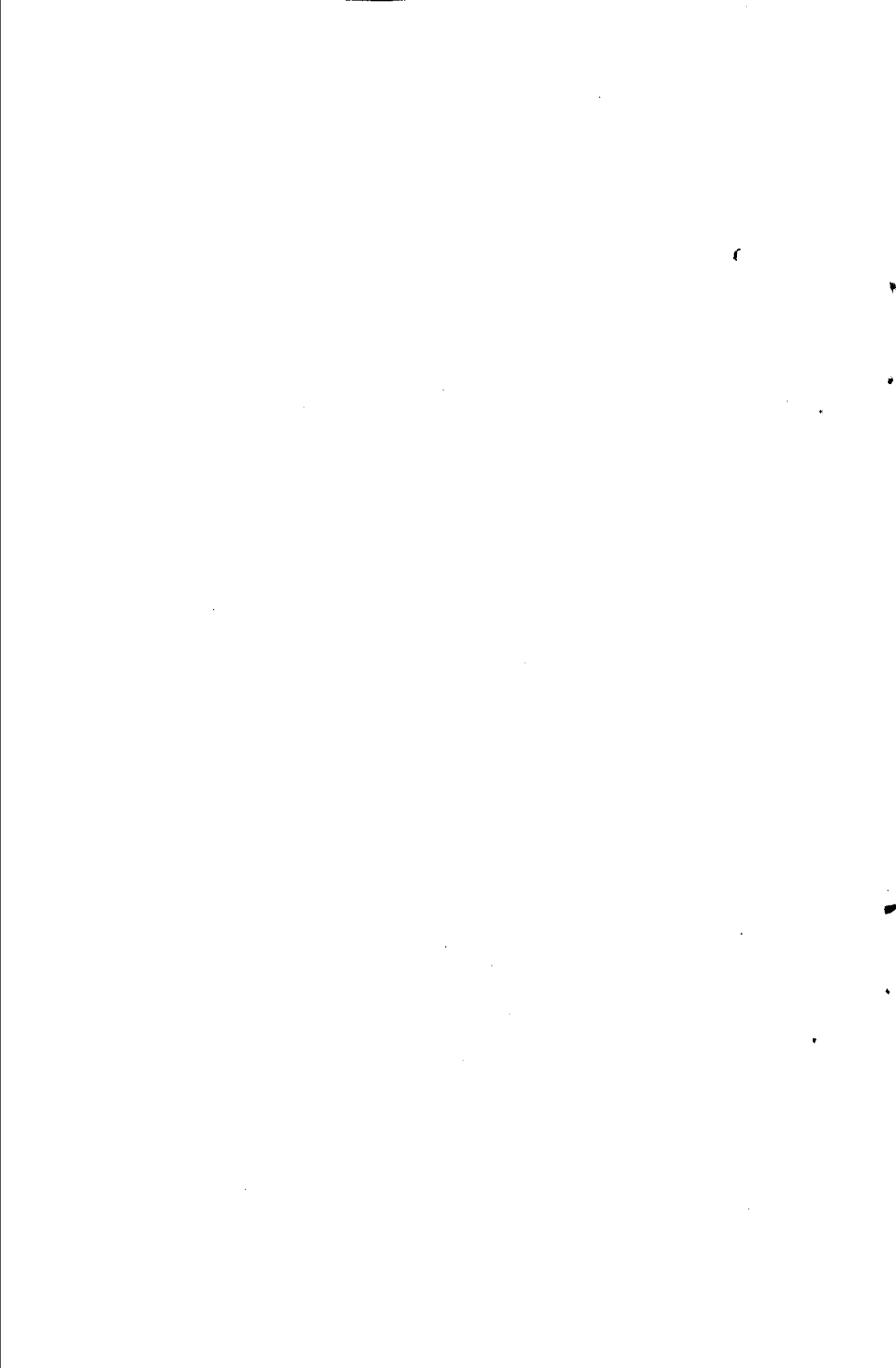
(三)	诗七月的产生背景是在陕西	(71)
(四)	诗七月的气候也是陕西	(74)
(五)	其它细节	(78)
(六)	结语	(80)
四、	被遗忘的谷物	(83)
(一)	苽	(83)
(二)	瞿麦	(90)
(三)	麻	(92)
五、	中世食经考	(99)
(一)	引言	(99)
(二)	崔浩《食经》	(100)
(三)	《要术》所引《食经》	(102)
(四)	《要术》所引《食次》	(104)
(五)	谢枫《食经》	(105)
(六)	韦巨源《食谱》	(108)
(七)	《医心方》引食经	(109)
(八)	《本草和名》与《和名抄》	(113)
(九)	《医心方》以后	(114)
(十)	结语	(116)
六、	近世食经考	(121)
(一)	引言	(121)
(二)	宋、元食经	(122)
甲	食单类	(122)
乙	佳肴类	(125)
丙	清供类	(147)
丁	殊品类	(152)
戊	其他(农家、养生、地理、文学)	(154)

(三)	明代食经	(162)
甲	佳肴类	(163)
乙	清供类	(182)
丙	殊品类	(186)
丁	其他(农家、养生、地理、文学)	(188)
(四)	清代食经	(202)
甲	佳肴类	(202)
乙	清供类	(209)
丙	殊品类	(210)
丁	其他(农家、养生、地理、文学)	(212)
(五)	结语	(225)
七、关于《饮膳正要》	(233)
(一)	关于本书的书志学	(233)
(二)	本书的内容	(233)
(三)	本书的医学系统	(234)
(四)	与北方烹调的关系	(238)
(五)	与南方烹调的关系	(239)
(六)	与西方烹调的关系	(240)
(七)	八儿不汤	(241)
(八)	河西肺	(242)
(九)	盘兔和时萝角儿	(243)
(十)	水龙棋子	(244)
(十一)	其他烹调	(245)
(十二)	烹调原料和药效	(247)
(十三)	本书背景之一	(248)
(十四)	本书背景之二	(249)
(十五)	结语	(250)

八、明代的饮食生活	(253)
(一) 引言.....	(253)
(二) 关于主食.....	(254)
(三) 关于副食.....	(256)
(四) 食盐.....	(258)
(五) 砂糖.....	(261)
(六) 其他甜味调料.....	(263)
(七) 油脂.....	(265)
(八) 制曲.....	(267)
(九) 结语.....	(269)

五谷的起源

(1)



一、五谷的起源

(一) 引言

主食作物的种类，往往决定耕种这种作物民族的命运。

虽然如此，耕种何种作物不是永远不可改变的，如以稻米为主食的民族繁殖力旺盛，米食民族之所以性早熟，解释为耕种稻米地带是热带或亚热带是不合适的。与同样居住在热带而以芋头为主食，但性并不早熟的波利尼亚人相比较，马上就清楚了。这是因为在构成米蛋白质的氨基酸中，精氨酸的比例比麦的含量多得多。另一方面，在构成精子的主要成分核蛋白质的精蛋白中，精氨酸也含的量数多。因而米蛋白质比麦蛋白质容易形成精子，这种从化学和营养学方面的解释，看来是有道理的。

与此相反，一般地讲面食民族比米食民族的文化程度似乎高些。作为理由，与其说是因为米和麦的营养价，尤其营养价对脑神经有什么差异造成的，不如说以容易保存的面包为主食，可以减轻妇女在炊事上的劳动时间。这样妇女们能够有充裕的时间承担下一代儿童的文化教育责任。这种从家政学方面的看法也是正确的。

以面食为主食，必须先进行制粉，这项工程在古代当然是由奴隶来承担。因而可以认为最初吃面食的只有贵族有这种特权。埃及出土的那个著名的“揉面女”石雕，我们不能单纯只做为艺术品来鉴赏。为了向人民群众普及面食，必须

发展水车及其他动力制粉工业。而动力制粉工业过于发达了，则象今天的东亚市场那样，手工业方式生产的华北面粉，不如机械化生产的舶来面粉便宜。

比这些烹调、制粉、加工更应优先解决的问题是必须研究耕作方式问题。至于种稻与水利的关系，就更不必谈了。在日本的《古事记》中也有记载（译者注：《古事记》为日本国现存的最古的史书）。中国古代的《战国策》也有很多论述。

应当指出，今天日本农业的中心问题，是易于机械化的大田作物和占人工较多的水田作物之间，存在着耕作方法方面的严重差异。

因此说主食作物的种类，能给耕种它的民族以某种消极的或积极的宿命论看法是不对的，因为耕种何种主食作物，决不是该民族固定不变的。有人说并且相信“丰苇原瑞德国的人，不吃米饭就不能生存”（译者注：丰苇原瑞德国是古代日本国的美称）。这样讲只不过是迷信。例如占现代欧洲农民主食的大部分是马铃薯，它的原产地是南美安第斯山区。从西亚、中亚向非洲迅猛传播的玉蜀黍也是从中美传来的。都是在哥伦布以后发生的变化。

我从家政学的角度，正在考虑今后日本主食应有的状态，不论什么事情，为了讨论它将来的发展趋势，不能不从现状以及形成现状的历史传统出发。在这篇拙著中，我试图论述中国、以及东亚过去从什么时候开始耕种什么样的谷物，又在什么时候怎么变化的。用五谷这个标题，当然不拘泥于“五”这个数字，而是要对一般谷物都谈一谈。

对于在写这篇文章时，给以关心提供宝贵意见，或协助查阅资料的各位先生，特别是森鹿三、中尾佐助、藤枝晃、

大岛利一诸兄表示深厚的谢忱。

(二) 主要农作物的原产地

关于栽培植物的原产地问题，已有de Candolle^①的著作，并有加茂仪一氏的译本，这是很多人都熟悉的。关于这方面的研究，自1925年苏联的Vavilov氏^②的论文问世以来，至少在谷物方面几乎是面目一新。

Vavilov的论文，在日本东京大学农学院木原研究室收藏得比较齐全。但全部是用俄文写的，而且还没有用英文写的摘要。实际上没有必要和这些难懂的俄文纠缠，因为重要的地方在Schiemann^③女士的著作中有详细的介绍。所以请准许我摘引Schiemann著作中的主要结论。

从东方开始按原产地的顺序排列（参照次页图），首先是中国东北原产的大豆。粟产于中国中原地区，也可能扩展到东南亚。黍和大麦认为是东南亚，也可以说黍产于印度，大麦的原产地还有西亚，但不是东亚种。稻产于东印度、恒河、三角洲，麻产于中亚。小麦比较复杂，从石器时代就出现了小亚细亚原产的“一粒种”小麦和埃及原产的“通心粉”小麦，这两个品种都没有传入亚洲。纪元稍前时期，在阿富汗附近出现了面包小麦，即普通小麦，它传到东方并在进入西方后代替了前二者直到现在（现在南欧还剩有若干“通心粉”小麦品种）。高粱原是北非的产物。稗是稻的杂草，起源于印度。稞麦是小麦的杂草，可能产于南俄一带。燕麦也产于西方，但东方的品种起源于西康（译者注：西康为旧省名。包括四川省西部及西藏自治区东部地区。1914年设川边特别区，1928年改为西康省，1955年西康省撤销）、云南，即所谓中国西南角的高地^④。玉蜀黍如前所述是新大陆的产

物，所以在东方是最新的品种。

(三) 百谷与五谷

上面是由Schiemann（以及中尾佐助）所讲的关于东亚主食作物的原产地情况，虽然在远古的石器时代，某民族在某地将某些野生植物培育成主食谷物，但也并非一下子就传到了远东来的。那么上述这些谷物是经过什么途径传到这遥远的东方之国呢？在论述这个问题之前，需要略谈一下五谷这个词的含义和来历。

所谓五谷这个词，在古老的文献中并没有记载（参照表1）。古代是以百谷这个词来表示多种谷物的意思。《诗经》《书经》《春秋》《国语》（仅有一处提过五谷）全都是百谷。

时代稍晚一些，到《论语》《庄子》《晏子》以及《商子》等书中，不知是否出于偶然，既无五谷，也无百谷。甚至在《老子》全书中，连一句话也未谈到谷物。到了战国的诸子百家时代，百谷的字样全然消失了，就只能看到五谷了。

从《战国策》开始，《孟子》、《荀子》、《墨子》、《列子》、《楚辞》、《韩非子》加上秦代的作品《吕氏春秋》等书比比皆是五谷。只有一本书是例外，本应列为古老的《管子》书中，确实提过五谷。但《管子》是后人托名管仲写的。文章虽新但内容贫乏，估计是战国末期的作品，无论如何不能与《左传》、《论语》同归于一个时代。

实际上，五谷的提法是由于附会阴阳五行思想而来的。开始并不明确五谷都是指的那些谷物，根据人、时间、地点其品种也有所不同。例如《吕氏春秋》（十二纪）以及承袭

它的《礼记·月令篇》；天子祭明堂时用的是麦、豆、黍、稷以及麻。同一书籍中祀太庙时用的是麦、黍、粟、麻、稻。

再有《吕氏春秋》卷末（审土篇）列举的主要作物为粟、黍、稻、麦、豆、麻等六谷。《周礼》是黍、稷、稻、粱、小豆、大豆、大麦、小麦以及菰（这个品种是根据郑注）等九谷。

总之，不管列举的是六种或九种谷物，一定要归纳为五谷是由于受五行思想的影响所致。我们在讨论东亚古代的主食作物时，用不着受五行这个数字的限制。五谷之称是在战国中、末期才出现的。但决不是说五行思想也是从这个时期才发展的。因为用五行思想整理诸子百家的文献，可能是汉儒们所为。事实上我要说的只是不要过分地拘泥于五谷的五字。

表 1 五 谷 与 百 谷

	诗	书	春	秋	国	晏	论	庄	商	国	管	孟	荀	列	墨	韩	楚	吕	合
	经	经	经	传	语	子	语	子	子	策	子	子	子	子	子	非	辞	览	计
百 谷	5	2	1		3														11
五 谷					1				1	46	3	2	2	5	2	2	2	11	75
五 粟										5									5
五 种										2								2	4

• 在同一文章里，同样的字连续出现时看做是一回。为了进行比较，在《诗经》《管子》及《吕氏春秋》只要出现就都数做一回。春秋传是指的《左传》。以后各表皆同。